

OCTUBRE 2016 >> MAYO 2017

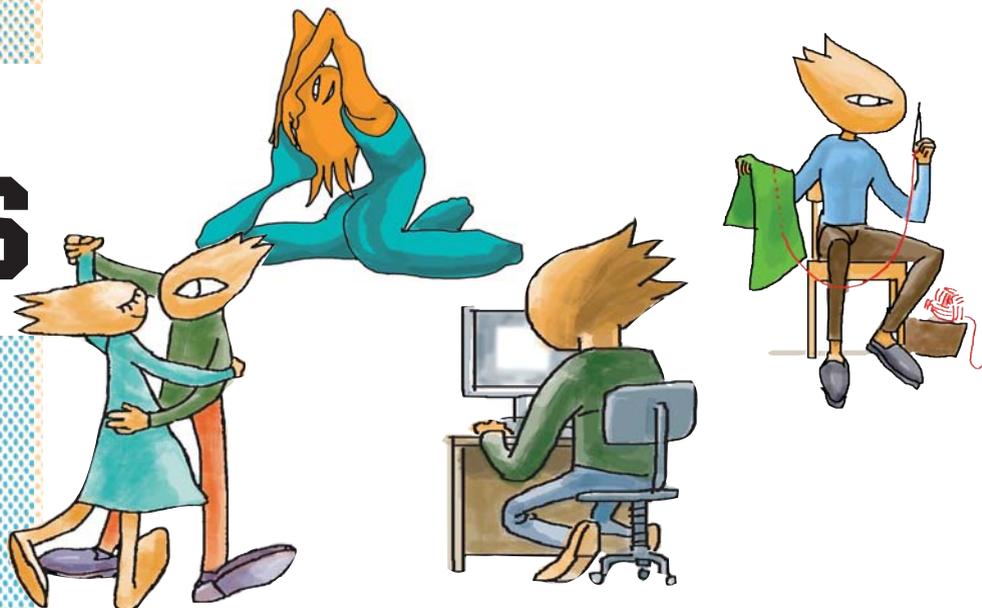
PROGRAMA MUNICIPAL DE CURSOS Y TALLERES

CULTURA

DEPORTES

TIC-TELECENTRO

IGUALDAD



BARAÑÁIN
2016-2017



AYUNTAMIENTO DE BARAÑÁIN
BARAÑAINGO UDALA

- BAILES CARIBEÑOS ■ DANZA ORIENTAL ■ SEVILLANAS-FLAMENCO ■ DANZAS ■ JAUIZIAK
- PATCHWORK ■ TÉCNICAS TEATRALES ■ DIBUJO Y PINTURA ■ PATINAJE ■ KÁRATE ■ ATLETISMO
- GIMNASIA RÍTMICA ■ GIMNASIA ARTÍSTICA ■ JUDO ■ PELOTA ■ GIMNASIA DE MANTENIMIENTO
- AEROBIC ■ PILATES ■ ZUMBA ■ YOGA ■ YOGA PLUS ■ ESPALDA SANA ■ TONOFIT ■ GAP ■ BAILE DEPORTIVO EN LÍNEA ■ INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO ■ EXCEL ■ WORD ■ POWER POINT
- FOTOGRAFÍA DIGITAL. GIMP ■ EXCEL ■ REDES SOCIALES ■ REPARACIONES DOMÉSTICAS
- COSTURA ■ DANZA PARA EL EMPODERAMIENTO

Calendario 2016-2017

- ▶ Fechas de comienzo y fin de las actividades.
- ▭ Vacaciones y festivos.

Octubre

L	M	X	J	V	S	D
				▶ 1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Diciembre

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Febrero

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5						
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Abril

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Noviembre

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6						
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Enero

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Marzo

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5						
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Mayo

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Edición:
Áreas de Deporte,
Cultura, TIC e
Igualdad del
Ayuntamiento de
Barañáin.

**Traducción y
coordinación de
textos castellano-
euskera:**
Área de Euskera.

**Diseño y
maquetación:**
Heda Comunicación.

Depósito legal:
NA 992-2014.

Inscripción cursos-talleres municipales

- Las actividades disponen de un número de plazas limitado y se concederán por riguroso orden de inscripción.
- Las actividades ofertadas, horarios e instalaciones podrán ser susceptibles de cambios o anulaciones según el número de inscripciones. Existe un número mínimo de participantes que se tendrá en cuenta para el comienzo de las actividades.
- La campaña de actividades comenzará el 1 de octubre y finalizará el 31 de mayo y su cuota se abonará en un solo plazo en el momento de la inscripción, salvo en el caso de aquellas actividades organizadas por cuatrimestres, que abonaran su cuota en dos plazos.
- Se establece un solo calendario para todas las actividades municipales, basado en los calendarios escolares de los centros de Barañáin y que estará expuesto en las instalaciones y oficinas municipales. Por ello en períodos de vacaciones escolares no habrá actividades.
- Las actividades están reservadas para personas empadronadas en Barañáin, si al finalizar la inscripción quedaran plazas libres, se abrirá un nuevo plazo para toda persona que esté interesada en las mismas (el 21 y 22 de septiembre), salvo en la escuela de pelota donde se estudiarán y resolverán las solicitudes de incorporación de participantes no empadronados.
- Una vez iniciada **la campaña de actividades** (1 de octubre), **NO se atenderán** posibles devoluciones y/o anulaciones de cuotas. El importe de la inscripción sólo se devolverá en caso de suspensión de la actividad.
- Toda la información sobre los programas y actividades se puede consultar en la página web del Ayuntamiento **www.baranain.es - www.baranain.eus**, llamando por teléfono a los números (948 012012) y/o (012) y en la O.A.C. (Oficina Atención Ciudadana):
Plaza Consistorial s/n. 31010 Barañáin (Navarra).
Tfno: 948 28 13 28 / Fax: 948 28 63 08
Email: oac@baranain.com

Otras notas de interés

- Hay fichas informativas de las actividades para su consulta, disponibles en la O.A.C. (Oficina Atención Ciudadana) y en las áreas correspondientes (Casa de Cultura, Polideportivo, TIC Telecentro e Igualdad).
- Recomendamos a las personas inscritas en las actividades (deportivas, bailes...) someterse a un reconocimiento médico previo; reservándose el Ayuntamiento el derecho de exigirlo si lo estimase conveniente.
- La participación en estas actividades es voluntaria. Cada participante cubrirá los posibles accidentes o lesiones producidas en el transcurso de la actividad mediante su seguro, no haciéndose cargo el Ayuntamiento del gasto que ello ocasione.

De conformidad con la Ley 15/1999 de LOPDP se le informa que sus datos se incorporarán al fichero para la gestión de los programas municipales. También se le informa que los datos recogidos podrán ser cedidos a terceros para la gestión de las inscripciones. El responsable del fichero es el Ayuntamiento de Barañáin (Pza. Consistorial s/n-31010 Barañáin). Usted podrá ejercer sus derechos de cancelación, rectificación u opinión en las dependencias municipales.

CULTURA	4
DEPORTES	6
TIC TELECENTRO	14
IGUALDAD	16

1er Plazo de inscripción

SÓLO PERSONAS EMPADRONADAS EN BARAÑÁIN

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA

>> 948 012 012

>> 012

Se atenderán 3 inscripciones como máximo en cada llamada.

FECHAS

• **Deportes (Escuelas Deportivas, Adultos/as y Tercera Edad):**

29 agosto al 9 de septiembre de 2016

• **Cultura, TIC Telecentro e Igualdad:**
2 al 9 de septiembre de 2016

HORARIO

lunes a viernes, de 8:00 a 19:00 h.

DATOS QUE HAY QUE INDICAR

Código curso y horario

Nombre y apellidos

Fecha de nacimiento

Dirección

Nº de teléfono

DNI

Confirmar empadronamiento en Barañáin

Nº tarjeta de crédito (pago con tarjeta)

PAGO

• Pago mediante TARJETA en el momento de hacer la inscripción por teléfono.

• Todas las inscripciones de una llamada se cargarán a una misma tarjeta.

2º Plazo de inscripción

CUALQUIER PERSONA INTERESADA

INSCRIPCIÓN PRESENCIAL

>> OAC

Oficina de Atención Ciudadana (OAC)

Plaza Consistorial s/n.
31010 Barañáin (Navarra).

Tfno: 948 281 328

Fax: 948 286 308

E-mail: oac@baranain.com

FECHAS

• **Deportes, Cultura, TIC Telecentro e Igualdad:**

21 y 22 de septiembre de 2016

HORARIO

lunes a viernes, de 8:30 a 14:00 h.

DATOS QUE HAY QUE INDICAR

Código curso y horario

Nombre y apellidos

Fecha de nacimiento

Dirección

Nº de teléfono

DNI

PAGO

• Pago con tarjeta o en metálico.

Inscripciones enero 2017

INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA

>> 948 012 012 / 012

INSCRIPCIÓN PRESENCIAL

Plaza Consistorial s/n. 31010 Barañáin (Navarra).

Tfno: 948 281 328. **Fax:** 948 286 308

E-mail: oac@baranain.com

FECHAS (CUATRIMESTRE FEBERO A MAYO 2017)

RENOVACIONES (DEPORTES Y CULTURA): 10 al 17 de enero 2017

INSCRIPCIONES NUEVAS (TIC TELECENTRO): 10 al 17 de enero 2017

FECHAS (CUATRIMESTRE FEBERO A MAYO 2017)

NUEVAS INSCRIPCIONES: DEPORTES, CULTURA Y TIC TELECENTRO

25 de enero 2017 (personas empadronadas)

26 de enero 2017 (cualquier persona interesada)



Dirección:

Calle Comunidad de Navarra 2.
31010 BARAÑAIN (NAVARRA)
Tfno: 948 18 53 10
cultura2@baranain.com

Horario:

Lunes a viernes, de 9:00 a 21:30 h.

Técnica municipal:

Ana Díez de Ure Erául

Oficial administrativo:

Anjel Irureta Nemours

Excepto para los cursos anuales la cuota indicada se abonará por cada cuatrimestre.

El segundo cuatrimestre es siempre continuación del primero.

Primer cuatrimestre: del 1 de octubre de 2016 al 31 de enero de 2017.

Segundo cuatrimestre: del 1 de febrero al 31 de mayo de 2017.

TALLERES DEL ÁREA DE CULTURA

BAILES DEL MUNDO:

BAILES CARIBEÑOS

Baile suelto y en parejas de los ritmos merengue, bachata, cha cha chá, salsa y rueda cubana.

Nivel iniciación: el primer contacto con los bailes caribeños.

Nivel medio: para el alumnado que ya se haya iniciado en los bailes caribeños.

BAILES DE SALÓN

Nivel iniciación: baile en pareja de los ritmos pasodoble, tango, vals, foxtrot y rock & roll.

SEVILLANAS-FLAMENCO

Nivel medio: para el alumnado que se haya iniciado ya en las sevillanas y el flamenco.

DANZA ORIENTAL O DEL VIENTRE

Nivel iniciación: el primer contacto con estas danzas milenarias que provienen del antiguo Egipto y que fortalecen el abdomen y la parte inferior de la espalda.

Nivel medio: para el alumnado que se haya iniciado en las danzas orientales.



DANZAS

CON EL GRUPO HARIZTI BDT

Nivel iniciación: Zazpi Jauzi, Zortziko, Baztango Eskudantza, Txulalari, Balkarlos, Polka Pik, Polka Ryan. 2. Cuatrimestre: repaso, Jota y Purrusalda.

Nivel medio: repaso de los bailes aprendidos en iniciación y el baile de la Era.

Nivel avanzado: repaso de la Era, Aurresku, Jota de Tafalla (Piliindros), Jota de Sangüesa, Jota de Tudela y etc.

Iniciación a los Jauzis: Jauzis, Zazpi Jauzi, Zortziko y Balkarlos.

DESCUBRE LA MAGIA DEL TEATRO CON LA ACTRIZ MARISA SERRANO

Acércate al conocimiento de las distintas técnicas que componen el arte dramático: la técnica vocal, la técnica corporal y la técnica de la interpretación, a través de juegos e improvisaciones, todo ello de una manera lúdica y divertida.

DESCUBRE LA MAGIA DEL TEATRO EN EUSKERA CON EL ACTOR MIKEL MIKEO

Acércate al conocimiento de las distintas técnicas que componen el arte dramático en euskera de una manera lúdica y divertida.

TÉCNICA DEL DIBUJO Y DE LA PINTURA CON LA PINTORA MARÍA GOÑI

Acércate al conocimiento teórico-práctico de la pintura con una joven pintora de prestigio.

Adquirirás herramientas de dibujo y de pintura por medio de ejercicios teórico-prácticos, así como con la realización de trabajos libres en estilo figurativo y abstracto. El primer cuatrimestre se centrará más en el aprendizaje del dibujo y en el segundo en la técnica de la pintura.

INICIACIÓN A LA PINTURA CHINA CON EL PINTOR ÁNGEL PRESENCIO

La pintura china es un arte con más de 1000 años de antigüedad, que difiere de la pintura occidental en una serie de nociones, conceptos y objetivos sobre los que se trabajarán en este taller de manera práctica.

TALLER BÁSICO DE JARDINERÍA

Acércate al conocimiento teórico-práctico de los árboles, arbustos ornamentales, rosas y herramientas de jardinería. La práctica se realizará sobre el terreno en los parques y jardines del municipio.

PATCHWORK

Técnica que consiste en la unión de telas ente si, unidas con puntadas a mano o con máquina de coser, para formar una sola pieza, que previamente tengamos diseñada. Las piezas que se realizan con más frecuencia son cojines, mantas, colchas, muñecos etc.

CARIBEÑOS

	Código	Horario	Edades	Duración	Empadronados/as	No empadronados/as
Iniciación	BCILXN	Lunes y miércoles / 10:00-10:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€
Iniciación	BCILXT	Lunes y miércoles / 19:00-19:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€
Medio	BCMLXN	Lunes y miércoles / 20:00-20:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€
Medio	BCMMJT	Martes y jueves / 18:45-19:40 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€

FLAMENCO-SEVILLANAS

Medio	SILXT1	Martes y jueves / 17:45-18:40 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€
--------------	--------	---------------------------------	------------	---------------	-----	------

BAILES DE SALÓN

Iniciación	BSMJN	Martes y jueves / 20:00-20:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	80€	100€
-------------------	-------	---------------------------------	------------	---------------	-----	------

DANZA ORIENTAL

Medio	DOIJT2	Jueves / 18:30-19:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	65€	80€
Iniciación	DOIJT1	Jueves / 20:00-20:55 h	Adultos/as	Cuatrimestral	50€	62€

DANZAS

Iniciación (CAST)	DRIMN1	Miércoles / 19:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	25€	31€
Iniciación (EUSK)	DRIMN2	Lunes / 20:00-21:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	25€	31€
Medio	DRMXN1	Miércoles / 20:00-21:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	25€	31€
Avanzado	DRACLN	Lunes / 19:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	25€	31€

JAUZIAK

Iniciación	JILN	Martes / 19:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	25€	31€
-------------------	------	------------------------	------------	---------------	-----	-----

PATCHWORK

	TPWJ18	Jueves / 18:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	87€	108€
	TPWJ19	Viernes / 18:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	87€	108€

TÉCNICAS TEATRALES

Iniciación (CAST)	TITT1	Jueves / 18:00-20:30 h	Adultos/as	Cuatrimestral	135€	165€
Iniciación (EUSK)	TITT2	Lunes / 18:00-20:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	135€	165€

CURSO BÁSICO DE JARDINERÍA

	CBJLXM	Lunes y Miércoles / 10:00-12:00 h	Adultos/as	Cuatrimestral	35€	45€
--	--------	-----------------------------------	------------	---------------	-----	-----

INICIACIÓN A LA PINTURA CHINA

	TIPCT1	Lunes / 17:00-18:30 h	Adultos/as	Anual	170€	212€
--	--------	-----------------------	------------	-------	------	------

TÉCNICA DEL DIBUJO Y LA PINTURA

	TIPAN1	Miércoles / 19:00-21:00 h	Adultos/as	Anual	180€	225€
--	--------	---------------------------	------------	-------	------	------



ANUAL: Indica un abono único en septiembre.
CUATRIMESTRAL: Abono en dos plazos (septiembre y enero).
Todos los talleres tienen lugar en la **CASA DE CULTURA**.

Dirección:

Plaza Consistorial, s/n.
31010 Barañáin (NAVARRA)
Tfno: 948 28 63 10
deportes@baranain.com

Técnica municipal:

Inés Ocáriz Mauleón

Oficial administrativo:

Anjel Irureta Nemours

En la OAC del Ayuntamiento de Barañáin y en el Polideportivo municipal, tenemos a su disposición fichas informativas para su consulta, con la descripción y objetivos de todas las actividades deportivas.

INSTALACIONES DEPORTIVAS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL: ZONA FITNESS-MUSCULACIÓN

A partir de 16 años puedes hacerte abonado/a con los siguientes servicios:

- SALA DE MUSCULACIÓN Y TONIFICACIÓN: preparación de entrenamientos personalizados.
- SALA CARDIOVASCULAR.
- SALA DE ENTRENAMIENTOS EN CIRCUITO: clases en grupo dirigidas, con entrenamientos en circuitos funcionales y/o en suspensión y con ejercicios de tonificación, fuerza, resistencia, agilidad y coordinación, así como estiramientos al finalizar la clase. Útiles como complemento o sustitución tanto de la actividad en la sala fitness como de la sala cardiovascular.
- SAUNA (masculina y femenina).
- VESTUARIOS (con ducha de cabinas y taquillas).



- HORARIOS:

De lunes a viernes, de 8:15 a 21:45 h.
Sábados, de 9:00 a 20:00 h.

- HORARIOS CON MONITOR:

Mañanas: De lunes a viernes, de 8:15 a 12:30 h.

Tardes: Lunes, de 16:30 a 21:30 h.; martes, miércoles y jueves, de 16:30 a 20:30 h.; viernes, de 16:30 a 19:30 h.

- PRECIO DEL SERVICIO:

- 31,50 € /mes empadronados/as.
- 46,00 € /mes no empadronados/as (siempre que haya disponibilidad de plazas).

- INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:

En el gimnasio, de lunes a viernes, en los horarios del monitor.



PISTAS DE ATLETISMO

• **Ubicación:** Nuevas pistas de atletismo situadas en el Polígono (junto a Lagunak). Accesibles también desde la Ronda Cendea de Olza, a través de un camino peatonal.

• **Utilización:** Las pistas se podrán utilizar libremente por la población, cuando estas se encuentren abiertas (durante el horario previsto para la escuela deportiva de atletismo y de acuerdo al calendario deportivo establecido).



ESCUELAS DEPORTIVAS

CURSO: 1 de octubre de 2016 a 31 de mayo de 2017. **CUOTAS:** 72 €/curso empadronados/as y 108 €/curso no empadronados/as.

GIMNASIA RÍTMICA

	Código	Horario	Edades
5-16 AÑOS	RIMJ17	Mar y jueves / 17:00-18:00 h	a partir de 9 años (00-07)
Lugar: Polideportivo (pista central)	RIMJ18	Mar y jueves / 18:00-19:00 h	5 a 8 años (08-11)

PATINAJE

	Código	Horario	Edades
5-11 AÑOS	PAMJ17	Mar y jueves / 17:00-18:00 h	5-7 años (09-11)
Lugar: Colegio Saucos (pista cubierta)	PAMJ18	Mar y jueves / 18:00-19:00 h	8-11 años (05-08)

KÁRATE

	Código	Horario	Edades
6-15 AÑOS	KALX17	Lun y miér / 17:00-18:00 h	6 a 9 años (07-10)
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	KALX18	Lun y miér / 18:00-19:00 h	10 a 12 años (04-06)
	KAMJ17	Mar y jueves / 17:00-18:00 h	6 a 9 años (07-10)
	KAMJ18	Mar y jueves / 18:00-19:00 h	10 a 12 años (04-06)
	KA3D19	Lun y miér / 19:00-20:00 h y vier / 17:00-18:00 h	13-15 años (01-03)

ATLETISMO

	Código	Horario	Edades
7-16 AÑOS	AT1	Lun y miér / 17:15-18:15	7-11 años (05-09)
Lugar: Nuevas Pistas Atletismo (en el Polígono junto a Lagunak, trasera de los asadores)	AT2	Lun y miér / 17:15-18:15	12-13 años (03-04)
	AT3	Mar y jueves / 17:15-18:15	7-11 años. Euskera (05-09)
	AT4	Mar y jueves / 18:30-19:30	mayores de 13 años (00-02)

GIMNASIA ARTÍSTICA / ACROBACIAS

	Código	Horario	Edades
6-16 AÑOS	GALX17	Lun y miér / 17:00-18:00 h	6 a 8 años (08-10)
Lugar: Polideportivo (pista central)	GALX18	Lun y miér / 18:00-19:00 h	a partir de 9 años (00-07)

JUDO

	Código	Horario	Edades
5-16 AÑOS	JUMJ18	Mar. y jueves / 18:00-19:00 h	5-8 años (08-11)
Lugar: Lagunak (sala de tatami)	JU4D19	Lun, mar, miér y jueves / 19:00-20:00 h	9 en adelante (00-07)
NO ABONADOS/AS. SOLICITAR ACCESO			

PELOTA

	Código	Horario	Edades
6-16 AÑOS	PE2D17	Miér 16:30-17:00 h Juev 17:00-18:00 h	6-7 años (09-10)
Lugar: Lagunak (Frontón Retegui)	PE3D17	Lun, miér y jueves / 17:00-18:00 h	8-9 años (07-08)
NO ABONADOS/AS. SOLICITAR ACCESO	PE3D18	Lun, miér y jueves / 18:00-19:00 h	10-13 años (03-06)
	PE3D19	Lun, miér y jueves / 19:00-20:00 h	14-16 años (00-02)

PSICOMOTRICIDAD DEPORTIVA

	Código	Horario	Edades
4-6 AÑOS	PSIX16	Miércoles / 16:00-17:30 h	4-6 años Inglés (10-12)
Lugar: Polideportivo (pista central)			

JUEGOS

	Código	Horario	Edades
6-8 AÑOS	JPMJ18	Mar y jueves / 18:00-19:00 h	6-8 años Inglés (08-10)
Lugar: Polideportivo (pista central)			

NUUEVO



ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD: A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1999 y anteriores (excepto Karate juvenil de 16 a 30 años y entrenamiento total chicas de 16 a 40 años).

CURSO:

PRIMER CUATRIMESTRE: 1 de octubre de 2016 a 31 de enero de 2017.

SEGUNDO CUATRIMESTRE: 1 de febrero a 31 de mayo de 2017.

CUOTAS: La cuota a abonar será por la participación en el 1º cuatrimestre (1 de octubre a 31 de enero). Para continuar participando en el 2º cuatrimestre, se deberá volver a inscribir y abonar la cuota correspondiente.
Inscripciones 2º cuatrimestre: del 10 al 17 de enero de 2017.

ACTIVIDADES CON MAS DE 15 PERSONAS/GRUPO:

CUOTAS:	empadronados/as	no empadronados/as
1 sesión semanal	27 € / cuatrimestre	43 € / cuatrimestre
2 sesiones semanales	54 € / cuatrimestre	87 € / cuatrimestre
3 sesiones semanales	81 € / cuatrimestre	130 € / cuatrimestre

GINNASIA DE MANTENIMIENTO

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	GMM3D9	Lunes, miércoles y viernes / 9:00-10:00 h	81€	130€
	GMMJ9	Martes y jueves / 9:00-10:00 h	54€	87€
Lugar: Polideportivo (cancha)	GMLX19	Lunes y miércoles / 19:00-20:00 h	54€	87€
	GMMJ18	Martes y jueves / 18:00-19:00 h	54€	87€
	GMMJ19	Martes y jueves / 19:00-20:00 h	54€	87€
	GMMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:00 h	54€	87€

AEROBIC

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	AEJU11	Jueves / 11:00-12:00 h	27€	43€
	AEMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:00 h	54€	87€

YOGA PLUS

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Casa de Cultura	YPVI17	Viernes / 17:30-19:30 h	54€	87€

NUEVO

ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD: A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1999 y anteriores (excepto Karate juvenil de 16 a 30 años y entrenamiento total chicas de 16 a 40 años).

YOGA

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Lagunak (sala tatami) NO ABONADOS/ AS. SOLICITAR ACCESO	YOMJ9	Martes y jueves / 9:00-10:30 h NUEVO HORARIO	81€	130€
	YOMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:30 h	81€	130€
Lugar: Casa de Cultura	YOLX17	Lunes y miércoles / 17:45-19:15 h	81€	130€
	YOMJ18	Martes y jueves / 18:00-19:30 h	81€	130€
	YOMJ19	Martes y jueves / 19:30-21:00 h	81€	130€

TONOFIT

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	TFV10	Viernes / 10:00-11:00 h	27€	43€
	TFLX19	Lunes y miércoles / 19:00-20:00 h	54€	87€
	TFLX20	Lunes y miércoles / 20:00-21:00 h	54€	87€
	TFX21	Miércoles / 21:00-22:00 h	27€	43€

GAP

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	GAMJ10	Martes y jueves / 10:00-11:00 h	54€	87€
	GAVI19	Viernes / 19:00-20:00 h	27€	43€

ESPALDA SANA

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Casa de Cultura	ESMJ9	Martes y jueves / 9:00-10:00 h	54€	87€
	ESLX19	Lunes y miércoles / 19:15-20:15 h	54€	87€
	ESLX20	Lunes y miércoles / 20:15-21:15 h	54€	87€

KÁRATE (de 16 a 30 años/1986-2000)

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (cancha y sala de espejos)	KA3DJU	Martes y jueves / 19:00-20:00 h y viernes / 18:00-19:00 h	81€	130€



DEPORTES



ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD: A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1999 y anteriores (excepto Karate juvenil de 16 a 30 años y entrenamiento total chicas de 16 a 40 años).

ZUMBA	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	ZUMA11	Martes / 11:00-12:00 h	27€	43€
	ZUVI11	Viernes / 11:00-12:00 h	27€	43€
	ZULU15	Lunes / 15:00-16:00 h	27€	43€
	ZULU21	Lunes / 21:00-22:00 h	27€	43€
	ZUMJ21	Martes y jueves / 21:00-22:00 h	54€	87€
	ZUUJ19	Jueves / 19:00-20:00 h NUEVO	27€	43€

AEROPUMP	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de espejos)	APMA19	Martes / 19:00-20:00 h	27€	43€
	APVI20	Viernes / 20:00-21:00 h	27€	43€

ENTRENAMIENTO TOTAL	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (cancha)	ETMJ19	Martes y jueves / 19:00-20:00 h	54€	87€

Solo chicas de 16 a 40 años con buena forma física, alta intensidad (1976-2000)

GINNASIA HIPOPRESIVA	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala 1ª planta)	HILX11	Lunes y miércoles / 11:00-11:30 h	51€	81€
	HILX18	Lunes y miércoles / 18:00-18:30 h	51€	81€
	HILX19	Lunes y miércoles / 18:30-19:00 h	51€	81€
	HIMJ21	Martes y jueves / 21:20-21:50 h	51€	81€

PILATES	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala 1ª planta)	PILX9	Lunes y miércoles / 9:00-10:00 h	101€	161€
	PIMJ19	Martes y jueves / 19:15-20:15 h	101€	161€
	PIMJ20	Martes y jueves / 20:15-21:15 h	101€	161€
	PILU19	Lunes / 19:00-20:00 h NUEVO	51€	81€
	PIMA15	Martes / 15:00-16:00 h NUEVO	51€	81€

ACTIVIDADES CON UN MÁXIMO DE 15 PERSONAS/GRUPO

GINNASIA HIPOPRESIVA Y PILATES

CUOTAS:

empadronados/as

1 sesión semanal: 51€/cuatrimestre
2 sesiones semanales: 101€/cuatrimestre

no empadronados/as

1 sesión semanal: 81€/cuatrimestre
2 sesiones semanales: 161€/cuatrimestre

ACTIVIDADES 3ª EDAD

EDAD: A partir de 60 años (nacidos/as en 1956 y anteriores)

CURSO:

1 de octubre de 2016
a 31 de mayo de 2017

CUOTAS:

Empadronados/as
38 €/curso

No empadronados/as
59 €/curso

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Lugar: Polideportivo

Código	Horario
GMLX10	Lunes y miércoles / 10:00-11:00 h (Grupo de GIMNASIA SUAVE)
GMLX11	Lunes y miércoles / 11:00-12:00 h
GMLX12	Lunes y miércoles / 12:00-13:00 h
GMLX17	Lunes y miércoles / 17:00-18:00 h
GMMJ11	Martes y jueves / 11:00-12:00 h
GMMJ12	Martes y jueves / 12:00-13:00 h

YOGA

Lugar:

Casa de Cultura

Código	Horario
YOLX10	Lunes y miércoles / 10:00 a 11:00 h
YOLX11	Lunes y miércoles / 11:00-12:00 h
YOLX12	Lunes y miércoles / 12:00-13:00 h
YOLX16	Lunes y miércoles / 16:45-17:45 h
YOMJ11	Martes y jueves / 11:00-12:00 h
YOMJ12	Martes y jueves / 12:00-13:00 h
YOMJ17	Martes y jueves / 17:00-18:00 h

PILATES

Lugar: Polideportivo
(sala de espejos)

Lugar: Casa de Cultura

Código	Horario
PIMJ12	Martes y jueves / 12:00-13:00 h
PIMJ16	Martes y jueves / 16:00-17:00 h
PIMJ10	Martes y jueves / 10:00-11:00 h

BAILE DEPORTIVO EN LÍNEA

Lugar: Polideportivo
(sala de espejos)

Código	Horario
BDV12	Viernes / 12:00-13:30 h
BDV15	Viernes / 15:30-17:00 h





BALONCESTO - BALONMANO - HOCKEY SOBRE PATINES

La inscripción en estas escuelas deportivas se hará llamando al teléfono 012 del 31 de agosto al 9 de septiembre, en el caso de los abonados/as a Lagunak y del 12 al 16 de septiembre, para los empadronados/as en Barañáin, no abonados/as a Lagunak.

Las personas no abonadas y no empadronadas acudirán a partir del día 26 de septiembre a la oficina de deportes de Lagunak. **La incorporación de participantes no empadronados/as y no abonados/as, será estudiada y valorada su viabilidad.**

El paso de los participantes en escuelas deportivas a los equipos de Lagunak, estará supeditado a la aceptación de los mismos por parte del S.M. Lagunak. Mas información, en el S.M. Lagunak, teléfono 948 181233 o en la web www.lagunak.org

HOCKEY SOBRE PATINES (7-15 años)

Lugar: Lagunak (Patinódromo)

NO ABONADOS/AS, SOLICITAR ACCESO

Horario	Edad	Sexo
Lunes y miércoles 17:30-19:00 h, viernes 19:15-20:00 h	Años 07-09	Masc y Fem
Lunes y miércoles 17:30-19:00 h, viernes 19:15-20:00 h	Años 04-06	Masc y Fem
Lunes y miércoles 19:00-20:30 h, viernes 20:00-20:45 h	Años 01-03	Masc y Fem

BALONCESTO (7-15 años)

Lugar: Polideportivo, Colegio Eulza, Polideportivo Lagunak

NO ABONADOS/AS, SOLICITAR ACCESO

Horario	Edad	Sexo
Lun 18:00-19:00 h (opcional), miér 16:00-17:00 h, vier 17:30-19:00 h	Años 07-09	Masc y Fem
Lun 18:30-20:00 h (Gr B), lun 19:00-20:30 h (Gr A), miér 18:15-19:30 h (Gr A), miér 17:30-19:00 h (Gr B), vier 18:30-20:00 h	Años 05-06	Fem
Lun 17:30-19:00 h, mar 18:00-19:30 h, vier 17:30-19:00 h	Años 05	Masc
Miér 16:00-17:00 h, vier 17:30-19:00 h	Años 04	Masc
Lun 19:00-20:30 h, mar 18:00-19:30 h, juev 18:30-20:00 h	Años 03	Fem
Mar 20:00-21:15 h, miér 19:30-20:45 h, juev 19:00-20:30 h	Años 03	Masc
Lun 16:30-18:00 h (Gr B), mar 16:30-18:00 h (Gr A), miér 18:30-20:00 (Gr B) juev 20:15-22:00 h (Gr A), vier 18:00-19:15 h (Gr B) y 19:15-20:45 (Gr A).	Años 01-02	Fem
Mar 18:30-20:00 h, juev 19:00-20:30 h, vier 19:00-21:15 h	Años 01-02	Masc

BALONMANO (7-15 años)

Lugar: Patinódromo Lagunak, Polideportivo Lagunak

NO ABONADOS/AS, SOLICITAR ACCESO

Horario	Edad	Sexo
Martes y jueves 17:30-18:30 h y viernes 17:45-19:00 h	Años 05-09	Masc y Fem
Martes y jueves 18:30-20:00 h y viernes 16:30-18:00 h	Años 03-04	Masc
Martes y jueves 18:30-20:00 h y viernes 16:30-18:00 h	Años 03-04	Fem
Martes y jueves 20:00-22:00 h y viernes 16:30-18:00 h	Años 01-02	Masc
Martes y jueves 20:00-22:00 h y viernes 16:30-18:00 h	Años 01-02	Fem



INFORMACIÓN

ESCUELAS DEPORTIVAS

En el programa de escuelas deportivas solicitamos que las familias comuniquen en el servicio de deporte cualquier posible información sobre el niño o niña al que inscriben que resulte importante para el desarrollo de las actividades.

El paso de los participantes en escuelas deportivas a los equipos de Lagunak, estará supeditado a la aceptación de los mismos por parte del S.M. Lagunak. Las solicitudes de incorporación, de participantes no empadronados/as a la escuela de pelota, se estudiarán y se decidirá la viabilidad de cada una de ellas.

ACTIVIDADES EN EL POLIDEPORTIVO

El acceso al recinto deportivo estará permitido solo a los/as participantes, no a los/las acompañantes.

Para acceder a la instalación, el encargado asignará a cada grupo un vestuario, que ocupará hasta 20 minutos después de la finalización de la actividad. En el caso de los menores, el acceso al vestuario se realizará junto con el resto del grupo y el monitor /entrenador responsable del mismo.

Durante el desarrollo de las actividades se recomienda el uso de las taquillas de vestuarios. El Ayuntamiento no responderá de los objetos personales que puedan extraviarse.

En todas las actividades de patinaje, será obligatorio que los/las participantes acudan con casco.

ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

Las personas que quieran acudir a las actividades de jóvenes y adultos en varios horarios (por turnos de trabajo) deberán presentar una solicitud en la Oficina de Deportes una vez hecha la inscripción en Infocal. Esta solicitud de otro horario complementario, deberá presentarse con el justificante de trabajo y solo se atenderá siempre que haya plazas disponibles.

ACTIVIDADES EN LAGUNAK

Las personas que se inscriban en actividades que se imparten en el S.M. Lagunak y no sean abonados a esas instalaciones, deberán pasar por el Servicio Municipal Lagunak para activar su tarjeta de acreditación personal (tarjeta ciudadana) a partir del 26 de septiembre. Aquellas personas que no dispongan de tarjeta ciudadana, acudirán a la OAC del Ayuntamiento de Barañáin para solicitarla.

INSCRIPCIÓN EN LISTA DE ESPERA

Las listas de espera que se creen, serán para inscribir a las personas que se quedan sin plaza en una determinada actividad, grupo u horario. A aquellas personas que quieran cambiarse de actividad, grupo, horario, no se les inscribirá en lista de espera, sino que deberán cumplimentar una instancia en la Oficina de Atención Ciudadana (OAC) del Ayuntamiento con la modificación o cambio que solicitan.

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO: Actividad que busca la mejora de la condición física en personas de cualquier edad y estado de forma, a través de ejercicios practicados en grupo, con un programa variado y motivante.

YOGA: Trabajo en base a unas técnicas posturales, respiratorias y de relajación que ayudan a equilibrar y normalizar cuerpo y mente.

AEROBIC: El aerobic es una actividad deportiva que busca la mejora de la condición física en base a un trabajo físico con acompañamiento musical.

TONOFIT: Actividad que se centra en la consolidación de las estructuras musculares existentes, consiguiendo un tono muscular adecuado.

GAP: Actividad física de tonificación muscular en la que se realizan ejercicios de tipo localizado (fundamentalmente en glúteos, abdomen y piernas), con el objetivo de mantener o aumentar la fuerza y el tono muscular en esas partes del cuerpo.

ESPALDA SANA: Prevención del dolor de espalda, con un trabajo de fortalecimiento y estiramiento de los músculos de la columna y el abdomen. Adquisición de rutinas correctas en la realización de las tareas cotidianas.

KÁRATE JUVENIL: Deporte derivado de un arte marcial, por lo que es una disciplina físico-mental, que está basada en el uso de todas las partes del cuerpo, aplicadas a la defensa personal.

ZUMBA: Nueva disciplina fitness que, mediante movimientos de baile con ritmos latinos, busca la mejora de la capacidad aeróbica, así como la flexibilidad y fortalecimiento del cuerpo de manera muy saludable.

GIMNASIA HIPOPRESIVA: Realización de ejercicios en apnea respiratoria y con posturas específicas que provocan múltiples beneficios al organismo: tonificación del abdomen y suelo pélvico, mejoras posturales, etc.

PILATES: Sistema de acondicionamiento físico muy completo donde se trabaja el cuerpo como un todo y en la que intervienen tanto la mente como el cuerpo.

AEROPUMP: Actividad que combina ejercicios de tonificación, más propios de sala de musculación (mancuernas, barras y discos) con música, lo que permite lograr una completa actividad aeróbica. Fomenta un cuerpo fuerte y tonificado a la vez que propicia la quema de calorías.

YOGA PLUS: Trabajo en base a unas técnicas posturales, res-

piratorias y de relajación que ayudan a equilibrar y normalizar cuerpo y mente, implementando el tiempo de meditación, propiocepción y relajación.

ENTRENAMIENTO TOTAL:

Programa de entrenamiento para chicas de 16 a 40 años, con buena forma física. Se trata de ejercicios funcionales de alta intensidad y corta duración que mejoran notablemente las capacidades físicas.

GIMNASIA MANTENIMIENTO 3ª EDAD: Basado en actividades variadas de carácter físico-deportivo, dirigido a personas mayores y con un objetivo de mantener y mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida.

YOGA 3ª EDAD: Trabajo en base a unas técnicas posturales, respiratorias y de relajación que ayudan a equilibrar y normalizar cuerpo y mente y dirigido a personas mayores.

PILATES 3ª EDAD: Sistema de acondicionamiento físico muy completo donde se trabaja el cuerpo como un todo y en la que intervienen tanto la mente como el cuerpo y adaptado a personas mayores.

BAILE DEPORTIVO EN LÍNEA 3ª EDAD: Actividad de baile en grupo, donde se realizan coreografías de varios estilos, con las personas bailando agrupadas en filas.

ÁREA TIC (TELECENTRO)

Dirección:

Calle Lurgorri, nº 12-14.
(1ª planta Biblioteca Pública)
31010 BARAÑAIN (NAVARRA)
Tfno: 948 19 72 95
Fax: 948 18 26 38
telecentro@baranain.com

Técnico municipal:

Gustavo Urra Pombo

Horarios:

Lunes a viernes, 11:45-14:00 h y
Lunes a jueves, 17:00-19:00 h.

Verano:

15 junio al 19 de septiembre
de 11:30 a 14:00 h.

Se imparten en el

Telecentro Municipal
(Lurgorri 12-14 - 1ª Planta,
Biblioteca Pública)



TALLERES: OCTUBRE - DICIEMBRE 2016

CÓDIGO	ACTIVIDAD	NIVEL	HORARIO	FECHAS	EMPAD.	NO EMPAD.
01 D0	DESCUBRIR EL ORDENADOR	SIN CONOC.	09:15-11:45 h	27 al 30 SEPTIEMBRE	7 €	10 €
02 INT	INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO	INICIACIÓN	09:15-11:45 h	04 al 07 OCTUBRE	7 €	10 €
03 W1	COMENZAR WORD	INICIACIÓN	09:15-11:45 h	18 al 21 OCTUBRE	7 €	10 €
04 VIAJ	ORGANIZA TUS VACACIONES A MEDIDA CON INTERNET	USUARIO/A HABITUAL	19:00-21:00 h	17 al 21 OCTUBRE	30 €	45 €
05 POP	POPURRÍ. APRENDE UN POCO DE TODO	USUARIO/A HABITUAL	09:15-11:45 h	25 al 28 OCTUBRE	7 €	10 €
06 COM	COMPRA EN INTERNET DE FORMA SEGURA	USUARIO/A HABITUAL	19:00-21:00 h	24 al 28 OCTUBRE	30 €	45 €
07 EXC	EXCEL INICIACIÓN	INICIACIÓN	09:15-11:45 h	8 al 11 NOVIEMBRE	7 €	10 €
08 GIMP	INÍCIATE Y RETOCA TUS FOTOS CON GIMP	USUARIO/A HABITUAL	19:00-21:00 h	7 al 11 NOVIEMBRE	30 €	45 €
09 POWP	POWER POINT INICIACIÓN	USUARIO/A HABITUAL	09:15-11:45 h	15 a 18 NOVIEMBRE	7 €	10 €
10 RED	CONOCE LAS REDES SOCIALES MÁS IMPORTANTES	USUARIO/A HABITUAL	19:00-21:00 h	14 a 18 NOVIEMBRE	30 €	45 €
11 W2	WORD AVANZADO	USUARIO/A HABITUAL	09:15-11:45 h	29 de NOV a 2 de DIC	7 €	10 €
12 VID	APRENDE A EDITAR TUS VIDEOS CON WINDOWS MOVIE MAKER	USUARIO/A HABITUAL	19:00-21:00 h	28 de NOV a 2 de DIC	30 €	45 €
13 G00	SÁCALE TODO EL JUGO A GOOGLE	USUARIO/A	19:00-21:00 h	12 al 16 de DICIEMBRE	30 €	45 €

NOTA: Fundación Dédalo y Gobierno de Navarra organizan 5 Talleres gratuitos de Informática en el Telecentro de Barañain (25 h. cada uno) dirigidos a:

- Personas con conocimientos básicos,
- con conocimientos avanzados,
- desempleadas,
- Pymes-Autónomas y
- Tercera Edad.

Para más información, contacte con el Técnico Municipal.

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

NIVEL-REQUERIM. TALLER

SIN CONOCIMIENTOS

DESCUBRIR EL ORDENADOR

OBJETIVO

Se aprenden las habilidades y los procedimientos necesarios para manejar el ordenador (ratón y teclado) por primera vez. Para personas que no tengan ningún conocimiento del manejo del ordenador.

INICIACIÓN

Se requiere manejo de ratón y teclado

COMENZAR CON WORD

Se aprenden las funciones básicas para escribir textos e insertar alguna imagen. (Office 2007)

INTERNET Y CORREO ELECTR.

Se aprenden las utilidades básicas de la navegación y del correo electrónico (Gmail).

EXCEL INICIACIÓN

Se aprenden las funciones básicas de una hoja de cálculo y sus gráficos. (Office 2007)

INTERMEDIO

Se requiere manejo de word, internet y correo electrónico

WORD AVANZADO

Se aprenden utilidades más avanzadas del programa: tablas, imágenes, tabulación, etc. (Office 2007)

POWER POINT INICIACIÓN

La exposición de presentaciones de diapositivas resulta de una gran utilidad tanto en el ámbito laboral como en el de ocio. (Office 2007)

POPURRÍ. APRENDE UN POCO DE TODO

Se aprende a instalar programas, desinstalarlos, manejar el usb, conocer programas gratuitos como VLC, Cleaner, antivirus AVG, generar códigos QR, usar escáner, etc.

ORGANIZA TUS VIAJES A MEDIDA CON INTERNET

Se aprende a sacar provecho de las herramientas existentes para poder organizar una escapada o unas vacaciones. Desde la búsqueda del hotel, hasta el vuelo, alquiler de coche, dónde comer bien y a buen precio, etc.

COMPRA EN INTERNET DE FORMA SEGURA

Dirigido a personas que quieran conocer el comercio electrónico y aprendan a comprar en internet de forma segura (pautas a seguir con las tarjetas crédito/débito, pautas con nuestra entidad financiera, Paypal, protocolos de seguridad, etc.)

INICIATE Y RETOCA TUS FOTOS

Iniciación en la edición y mejora de imágenes digitales a partir de la utilización de la herramienta de uso libre Gimp.

CONOCE LAS REDES SOCIALES MÁS IMPORTANTES (Facebook, Twitter, Line y LinkedIn)

Dirigido a un público que desee conocer y manejar las principales redes sociales y servicios de mensajería (Facebook, Twitter, Line y LinkedIn) y que tenga un conocimiento escaso de ellas.

APRENDE A EDITAR TUS VIDEOS CON WINDOWS MOVIE MAKER

Dirigido a personas que quieran iniciarse en la edición de un video. Para ello utilizaremos contenido de video y audio junto las herramientas de edición que nos ofrece el programa.

SÁCALE TODO EL JUGO A GOOGLE (En Euskera)

Se aprende a obtener, entender y utilizar un abanico amplio de herramientas de Google (Gmail, calendar, drive, traductor, libros-académico, maps, hangouts, etc.)



Dirección:

Plaza de la Paz s/n
Teléfono: 948 26 55 58
E-mail: pio@baranain.com

Horario de atención al público:

De 8:30 a 14:30 h

Técnica municipal:

Iruña Martínez Lorea

En el Área de Igualdad del Ayuntamiento (Plaza de la Paz s/n) tenemos a su disposición fichas informativas para su consulta, con la descripción y objetivos de todas las actividades de Igualdad y Coeducación.

EMPODERAMIENTO

STOP A LA VIOLENCIA
ESCUELA COEDUCATIVA

TALLERES

CINE FORUM
EXPOSICIONES

CONCURSOS

CONSEJO DE IGUALDAD ENTRE
MUJERES Y HOMBRES

PLAN DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

TALLERES DEL ÁREA DE IGUALDAD

PRIMER CUATRIMESTRE:

Del 1 de octubre al 20 diciembre 2016

Todos los talleres y cursos del Área de Igualdad están abiertos a la participación de mujeres y hombres exceptuando el taller de danza para el empoderamiento que está dirigido a mujeres de Barañáin y de fuera de Barañáin.

Taller Reparaciones domésticas (TRDT): Se trabajarán destrezas relacionadas con las actividades domésticas tradicionalmente asignadas a los hombres: bricolaje, fontanería y electricidad.
Taller para aprender a crear tu propia ropa y reciclar otras.

Taller de costura (TC):
Taller de danza para el empoderamiento (TE):

Taller de empoderamiento entendido como autocuidado y autoconocimiento, a través del cuerpo y el movimiento.



ACTIVIDAD	CÓDIGO	FECHAS	HORARIO	LUGAR	EMPADRONADOS	NO EMPAD.
Taller de reparaciones domésticas. Iniciación	TRD I	03 octubre a 19 diciembre	Lunes 17:30-19:30 h	Avenida Central nº 32-1º izda	40,75 €	61,00 €
Taller de reparaciones domésticas. Avanzado	TRD A	05 octubre a 21 diciembre	Miércoles 17:30- 19:30 h	Av. Central nº 32-1º izda	40,75 €	61,00 €
Taller de costura Iniciación	TC I	04 octubre a 20 diciembre	Martes 19:00-21:00 h	Sala por confirmar	40,75 €	61,00 €
Taller de costura Avanzado	TC A	06 octubre a 15 diciembre	Jueves 19:00-21:00 h	Sala por confirmar	40,75 €	61,00 €
Taller de danza para el empoderamiento	TDE	06 octubre a 15 diciembre	Jueves 18:30-20:30 h	Casa de Cultura	40,75 €	61,00 €